



Istituto di Dinamiche Educative Alternative

Formazione e Aggiornamento per Avvocati

Avvocatura, Stress & Leadership

**Iniziativa accreditata dall'Ordine degli Avvocati di Alessandria
con 5 crediti in deontologia**

La professione di avvocato consiste certamente nelle questioni giuridiche che si affrontano, nella conoscenza degli istituti e della materia, negli atti che si redigono, nelle udienze cui si partecipa e nelle sentenze che vengono emanate; vero è peraltro che accanto a questi aspetti "istituzionali", c'è anche una parte meno visibile, ma consistente, che spesso influenza la professione stessa.

Le decisioni che si debbono prendere, la litigiosità del contenzioso, la delicatezza di certe posizioni, la perentorietà delle scadenze, il carico di lavoro (o la sua scarsità), le responsabilità relative agli incarichi assunti, determinano spesso uno stato di tensione psicofisica e pure di demotivazione ai quali diventa difficile a volte porre rimedio.

Di qui la necessità di acquisire, mediante l'utilizzo di **tecniche mentali** e di **elementi motivazionali di base**, la capacità e l'abitudine a padroneggiare questi impulsi fisici, emozionali e mentali, non solo per evitare spiacevoli insuccessi, ma anche per migliorare la propria professionalità complessiva.

E' previsto il totale rimborso di quanto versato se per qualsiasi motivo si decidesse di sospendere la frequenza.

Contenuti e finalità:

Nella parte di gestione dello stress:

- mantenere e raggiungere la necessaria "tensione produttiva";
- rilassarsi prima e/o dopo una giornata di lavoro;
- mantenere il necessario controllo emozionale (*relativo a udienze, colloqui, riunioni, decisioni, esiti dei provvedimenti e delle cause*);
- focalizzare le idee, prima della redazione di un atto o di una decisione da prendere;
- mantenere un'adeguata concentrazione, nella redazione degli atti e nelle esposizioni orali.

Nella parte dedicata alla leadership:

- il successo: una progressiva realizzazione di un valido ideale;
- elementi di ordinaria motivazione;
- l'organizzazione del tempo (per il lavoro, per il riposo, per se stessi e per gli altri);
- dare un senso alla vita professionale e personale.

Date: **7 novembre 2014** (9.30-13; 15-18.30)

Sede: **sala del Consiglio dell'Ordine degli Avvocati c/o Tribunale di Alessandria.**

Quota di partecipazione: € 190,00 + iva Avvocati under 35: € 100,00 + iva

Docenti: **avv. Carlo Spillare** - avvocato e psicologo abilitato

dott.ssa Patrizia Serblin - psicologa abilitata

Docenti di Dinamica Mentale Base

Specializzati in Dinamiche della Mente e del Comportamento e in Assertività Laterale

Informazioni: avv. Andrea Colonna tel. 0131-253325 mail: segreteria@studiolegalecolonna.it

I.D.E.A. S.r.l. - 24035 CURNO (BG) - Via Bergamo, 25 - Tel. 035/61.44.44 - Fax 035/61.82.82

e-mail: idea@villaggioglobale.com - www.villaggioglobale.com